

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
205	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-13, Углеводы-34, Калорийность-286	
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток.</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Калорийность-79	
20,22	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-10, Калорийность-47	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный, вода</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
841,32	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-106, Калорийность-603	81-82
Обед			
70	Салат из моркови <i>морковь в.к, сахар-песок, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-7, Углеводы-11, Калорийность-95	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свежая в.к, капуста в.к, картофель в.к, лук в.к, морковь в.к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-79	
90	Наггетсы куриные <i>филе куриное, мука пшеничная в/с, яйца куриные, томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-5, Углеводы-14, Калорийность-139	
160	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-35, Калорийность-249	
200	Компот из сушеных фруктов (курага) <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	
28,45	Хлеб рисово-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный, вода</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
1 004,55	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-25, Углеводы-139, Калорийность-879	113-39
1 004,55	Итого за день	Белки-40, Жиры-41, Углеводы-245, Калорийность-1 483	

Бухгалтер-
калькулятор

Генеральный

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Сотрудник
Директор

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), микроэлементы (МГ)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--------------------------------------------------------------------------------	----------------------

Завтрак

90 **Шницель домашний с соусом** Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-119

шницель из птицы п/ф тошоа (80г), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок

150 **Картофельное пюре** Белки-4, Жиры-8, Углеводы-23, Калорийность-161

картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

60 **Хлеб пшеничный** Белки-5, Углеводы-30, Калорийность-141

17 **Вафли** Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

717 **Итого за Завтрак** Белки-17, Жиры-21, Углеводы-109, Калорийность-628 **81-82**

Обед

60 **Салат Здоровье** Белки-4, Жиры-5, Углеводы-5, Калорийность-78

морковь в/к, свекла в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная

200 **Суп гороховый** Белки-4, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-102

картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная

15 **Гренки из пш. хлеба** Белки-2, Углеводы-11, Калорийность-50

90 **Шницель припущенный из птицы из п/ф с соусом** Белки-7, Жиры-8, Углеводы-15, Калорийность-119

шницель из птицы п/ф тошоа (80г), масло подсолнечное, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок

150 **Картофельное пюре** Белки-4, Жиры-8, Углеводы-23, Калорийность-161

картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная

180 **Компот из сушеных фруктов** Углеводы-28, Калорийность-113

смесь сухофруктов, сахар-песок, кислота лимонная

29 **Хлеб ржано-пшеничный** Белки-3, Углеводы-10, Калорийность-83

17 **Вафли** Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-88

200 **Чай с сахаром** Углеводы-15, Калорийность-60

сахар-песок, чай черный лист

941 **Итого за Обед** Белки-25, Жиры-29, Углеводы-129, Калорийность-853 **113-39**

941 **Итого за день** Белки-42, Жиры-50, Углеводы-238, Калорийность-1481

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский



Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
90	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (парезка кубик), морковь в к. дж в к. масло подсолнечное, сметана 15%, пшеница-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-4, Калорийность-167	
190	Спагетти отварные <i>спагетти, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-49, Калорийность-261	
17	Печенье сахарное	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30	
49,66	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-118	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезкой</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
782,76	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-18, Углеводы-123, Калорийность-754	81-82
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в к, петрушка солёная, свекла в к, лук в к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78	
200	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в к, картофель в/к, морковь в/с, лук в к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-86	
90	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (парезка кубик), морковь в/к, лук в к, масло подсолнечное, сметана 15%, пшеница-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-4, Калорийность-167	
150	Спагетти отварные <i>спагетти, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-4, Углеводы-49, Калорийность-261	
180	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	
25	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	
33,8	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-12, Калорийность-62	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезкой</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
974,9	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-28, Углеводы-126, Калорийность-833	113-39
974,9	Итого за день	Белки-48, Жиры-46, Углеводы-249, Калорийность-1606	

Бухгалтер-
калькулятор

[Подпись]

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Захаркин



Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--------------------------------------------------------------------------------	----------------------

Завтрак

90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-9, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-197	
155	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-9, Углеводы-17, Калорийность-181	
205	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-16, Калорийность-63	
51,05	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-120	
12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	
706,05	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-20, Углеводы-101, Калорийность-695	81-82

Обед

60	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-82	
200	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-92	
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-13, Жиры-15, Углеводы-29, Калорийность-372	
150	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	
180	Сок фруктовый	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-59	
24,6	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-51	
27,57	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	
12	Сушки	Белки-1, Углеводы-8, Калорийность-41	
193	Напиток из шиповника <i>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</i>	Белки-1, Углеводы-22, Калорийность-94	
937,17	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-28, Углеводы-142, Калорийность-917	113-39
937,17	Итого за день	Белки-46, Жиры-48, Углеводы-242, Калорийность-1612	

Бухгалтер-
калькулятор


Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский


 Соплавлено
Директор

МП

Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
210	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масла подсолнечное, лук в/к, лавровый лист</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-19, Калорийность-264	
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
50,9	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-120	
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
180	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-27	
732,9	Итого за Завтрак	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-114, Калорийность-753	81-82
<u>Обед</u>			
60	Салат "Бурячок" <i>свекла в/к, яблоко, горошек зеленый, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6, Калорийность-58	
250	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-16, Калорийность-159	
215	Плов из свинины <i>крупа рисовая, морковь в/к, свинина окорок (нарезка кубик), масла подсолнечное, лук в/к, лавровый лист</i>	Белки-13, Жиры-15, Углеводы-20, Калорийность-270	
200	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-31, Калорийность-124	
39,4	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-92	
50	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Калорийность-91	
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	
180	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-27	
1 028,4	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-30, Углеводы-141, Калорийность-962	113-39
1 028,4	Итого за день	Белки-49, Жиры-53, Углеводы-255, Калорийность-1716	

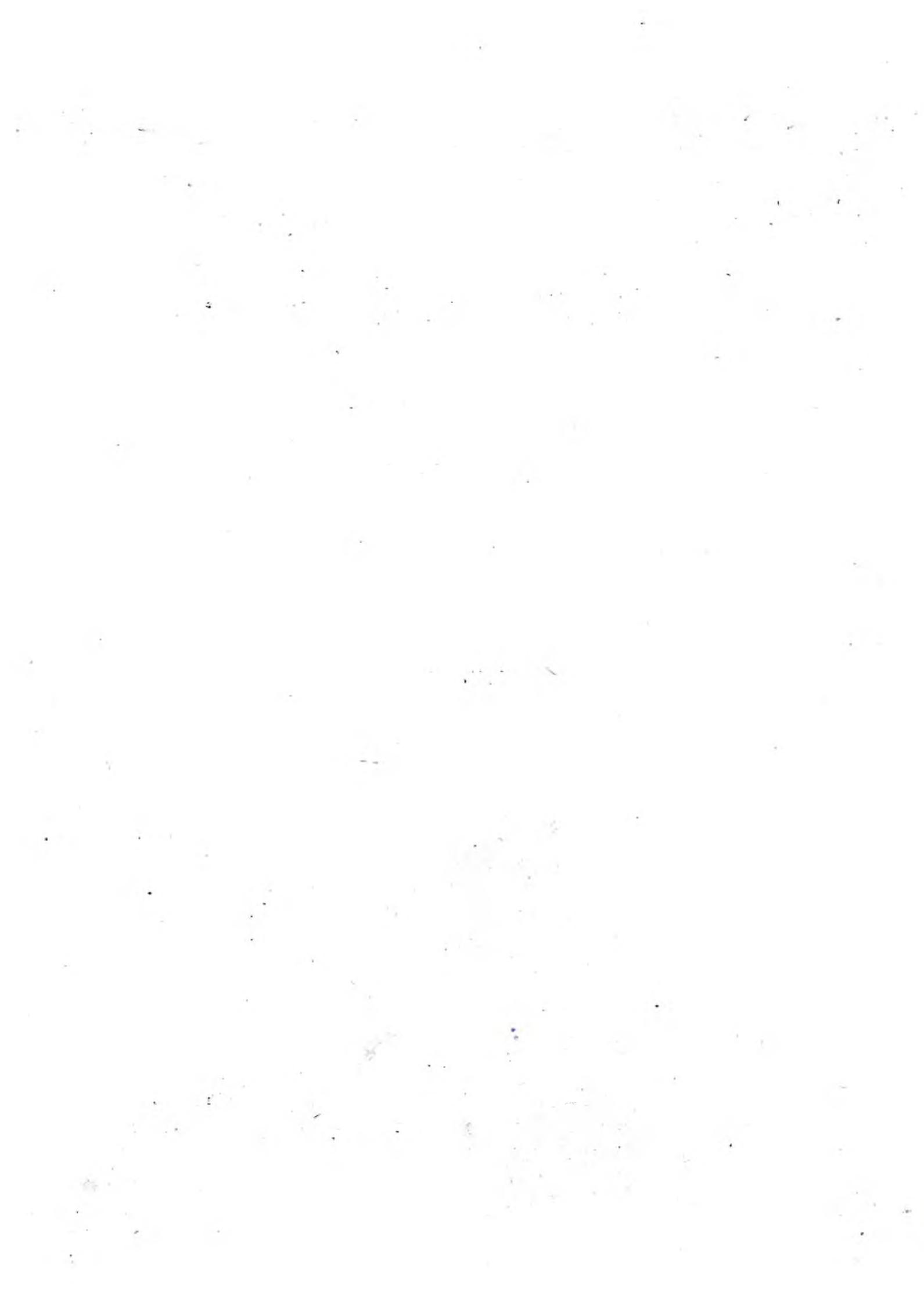
Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский





Меню СОШ ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
225	Каша гречневая с отварной курицей <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-18, Углеводы-27, Калорийность-364	
25	Огурцы соленые	Белки-1, Калорийность-4	
200	Чай фруктовый (яблоко) <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-62	
51,2	Хлеб пшеничный	Белки-4, Углеводы-25, Калорийность-120	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
737,3	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-19, Углеводы-94, Калорийность-657	81-82
<u>Обед</u>			
70	Салат Здоровье <i>морковь в/к, свекла в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-13, Калорийность-89	
200	Суп крестьянский с крупой <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-107	
5	Мясо отварное (для 1 бл) <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-1, Калорийность-34	
200	Каша гречневая с отварной курицей <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа гречневая, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-15, Углеводы-26, Калорийность-323	
200	Напиток лимонный <i>лимон, сахар-песок</i>	Углеводы-16, Калорийность-63	
24,8	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-59	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-17, Калорийность-54	
36,1	Бутерброд с повидлом <i>повидло, батон нарезной</i>	Углеводы-11, Калорийность-47	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
965,9	Итого за Обед	Белки-25, Жиры-28, Углеводы-128, Калорийность-837	113-39
965,9	Итого за день	Белки-42, Жиры-46, Углеводы-222, Калорийность-1494	

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор